



Flammkuchen mit getrockneten Tomaten & Parmesan



Zutaten

Für den Teig:

1/3 Würfel	Hefe
250 g	Weizenmehl
1 EL	geschmacksneutrales Öl
130 ml	Wasser
1 TL	Salz

Für den Belag:

50 g	Schmand
200 g	Crème fraîche
100 g	getrocknete Tomaten
80 g	Parmesan
1 Prise	Oregano
	Salz
1 Handvoll	frischer Schnittlauch
1	rote Zwiebel
	schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen

Rezeptinfo

Zutaten für 2 Portionen

Zubereitungszeit: 15 Min. + 15 Min. Backzeit

pro Portion:

Schwierigkeitsgrad: Kosten: € €

veggie

schnell

Zubereitung

Flammkuchen ist nicht nur super easy in der Zubereitung, sondern schmeckt auch immer richtig gut! Diesmal haben wir uns für einen Flammkuchen mit roten Zwiebeln, getrockneten Tomaten, Parmesan und frischem Schnittlauch entschieden. Du kannst deinen Flammkuchen aber natürlich auch mit deinen Lieblingszutaten belegen. Für unser Rezept verteilst du zunächst den Schmand auf dem selbstgemachten Flammkuchenteig und belegst diesen dann mit den Zwiebeln und den getrockneten Tomaten. Nachdem der Flammkuchen im Ofen war, kommt der frische Schnittlauch drauf und schon kannst du den Flammkuchen genießen. Probiere unseren Flammkuchen unbedingt einmal zuhause aus! So easy geht's:

Step 1:

Für den Teig löst du als erstes die Hefe im Wasser auf. Dann gibst du das Mehl mit dem Hefe-Wasser sowie dem Salz in eine Schüssel und verknetest alles zu einem geschmeidigen Teig. Zum Schluss arbeitest du noch das Öl ein. Nun den Teig zu einer Kugel formen, in eine Schüssel geben und abgedeckt für ca. 1 Stunde an einem warmen Ort aufgehen lassen.

Step 2:

In der Zwischenzeit kannst du den Belag vorbereiten. Dazu die Zwiebel in feine Streifen schneiden und die getrockneten Tomaten grob würfeln. Die Crème fraîche in eine Schüssel geben und mit Salz, Pfeffer und Oregano vermengen. Den Großteil vom Parmesan kannst du grob reiben.

Step 3:

Dann kannst du den Backofen auf 240°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Flammkuchenteig teilen und jeweils dünn ausrollen. Die Crème fraîche gleichmäßig auf dem Teig verteilen. Danach belegst du die Flammkuchen mit den Zwiebeln und getrockneten Tomaten und streust den geriebenen Parmesan darüber. Den Flammkuchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und für ca. 10 – 15 Minuten goldbraun backen.

Step 4:

Währenddessen hackst du den Schnittlauch klein und schneidest den restlichen Parmesan in feine Scheiben. Dann toppst du den gebackenen Flammkuchen mit dem Schnittlauch, ein paar Flöckchen von dem Schmand und den Parmesanscheiben.